



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 2072»

111394 Москва, ул. Утренняя, 12
Телефон, факс: (495) 306-47-37, тел. (495) 306-45-20

E-mail: 2072@edu.mos.ru
http://sch2072v.mskobr.ru

«Утверждаю»
Директор ГБОУ Школа № 2072
Замятина Ю.В.
31.08.2017г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
В 4 КЛАССЕ
НА 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**«Рассмотрена и одобрена
на заседании кафедры»
Протокол № 1 от 30 августа 2017г**

Методист _____ Якушина О.В.
Учитель _____ Маслов М.Ю..
Заместитель директора _____ Романова Е.М.

Москва, 2017г

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2017).

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в начальной школе, на его преподавание во 4 классах отводится 102 часа в год (3 часа в неделю), обязательные контрольные и зачетные уроки в количестве 33 часа. В рамках учебного курса физическая культура изучается интегративно курс ОБЖ в количестве 6 часов.

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе предлагается использовать учебник: Лях В. И. Физическая культура. 1-4 класс. ФГОС. учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2017.

В Рабочей программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

Цель данного учебного курса: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и активного отдыха. В основной школе учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры для организации здорового образа жизни.

Задачи учебного курса физического воспитания учащихся 4 классов.

- укрепление здоровья развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корректирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения содержания предмета «Физическая культура»

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных

результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре

| Вид программного материала | | | | | | |
|-------------------------------------|-----------------|--|-------------|--------------------|---------|-------|
| Количество часов (уроков) | | | | | | |
| Основы знаний о физической культуре | Лёгкая атлетика | Спортивные игры по средствам подвижных | Гимнастик а | Лыжная подготовк а | Футбо л | Итого |
| В процессе уроков | 30 | 34 | 15 | 15 | 8 | 102 |

Раздел «Знания о физической культуре»

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;
- характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Раздел «Способы физкультурной деятельности»

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

•

Раздел «Физическое совершенствование»***Выпускник научится:***

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- плавать, в том числе спортивными способами;
- выполнять передвижения на лыжах

Содержание курса

Знания о физической культуре

История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Способы физкультурной деятельности

Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».

Низкий старт.

Стартовое ускорение.

Финиширование.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Куда укатись за два шага».

На материале раздела «Плавание»: «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров».

На материале спортивных игр:

Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОГО КУРСА

Тематическое планирование 4 класс.

| <i>Те ма уро ка</i> | <i>Тип урока</i> | <i>Элементы содержания</i> | <i>Требования к уровню подготовки обучающихся</i> | <i>Вид конт роля</i> | <i>ДЗ</i> |
|---|------------------|---|---|------------------------------|--|
| Хо дьба и бег 5 час ов. | Вводный 1 | Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60м) | Текущи й | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 30 Дев.34 |
| | Комплексный 2 | Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60м) | Текущи й | Подтягивание Мал.2 Подтягивание из виса лежа Дев. 8 |
| | Комплексный 3 | Бег на скорость (30,60м). Игра «Кот и мыши». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60м) | Текущи й | Приседание на одной ноге Мал. 5 Дев. 3 |
| | Комплексный 4 | | | | |

| | | | | | |
|----------------------------------|----------------------|---|--|---|--|
| | Учётный 5 | Бег на результат (30,60м). круговая эстафета. Игра «Невод». . Развитие скоростных способностей. | Уметь: правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60м) | 30м: м.:5,0-5,5-6,0с.; д.: 5,2-5,7-6,0с.; 60м. М.:10,0с.; Д.:10,5с. | Прыжки в длину с места Мал. 130 Дев. 125 |
| Пр ыж ки 5 час а | Комплексный 6 | Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Текущий | |
| | Комплексный 7,8 | Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Текущий | Сгибание и разгибание рук в упоре (высокая опора). Мал. 15 Дев. 13 |
| | Комплексный 9,10 | Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Шишки, желуди, орехи». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Текущий | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 10 Дев. 8 |
| Ме тан ие 5 час а | Комплексный 11,12 | Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: метать из различных положений на дальность и в цель | Текущий | |

| | | | | | |
|------------------------------|-----------------------|--|--|--|---|
| | Комплексный 13 | Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Третий лишней». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: метать из различных положений на дальность и в цель | Текущий | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 32 Дев. 36 |
| | Комплексный 14,15 | Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Охотники и утки». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: метать из различных положений на дальность и в цель | Метание в цель (из пяти попыток - три попадания) | Подтягивание в висе Мал. 3 Подтягивание в висе лежа Дев. 9 |
| Полные игры 18 часов. | Комплексный 16, 17 | Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Игры «Перестрелка», «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Текущий | Приседание на одной ноге Мал. 7 Дев. 5 |
| | Комплексный 18, 19 | ОРУ. Игры: «Перестрелка», «Космонавты», «Белые медведи». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Текущий | Прыжки в длину с места Мал. 135 Дев. 130 |
| | Комплексный 20, 21 | ОРУ. Игры : «Перестрелка», «Прыжки по полоскам», «Волк во рву». Эстафета «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Текущий | Сгибание и разгибание рук в упоре (высокая опора). Мал. 16 Дев. 14 |
| | Комплексный 22,23 | ОРУ. Игры: «Перестрелка», «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Текущий | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 11 Дев. 9 |

| | | | | |
|--------------------------------------|---|---|---------|--|
| Комплексный 24, 25 Комплексный | ОРУ. Игры : «Перестрелка», «Удочка», «Зайцы в городе». Эстафета «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. | Текущий | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 34 Дев.38 |
| Комплексный 26, 27 Комплексный | ОРУ. Игры : «Перестрелка», «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств. | Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. | Текущий | Подтягивание Мал. 4 Дев. 10 |
| Комплексный 28, 29 Комплексный | ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств. | Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. | Текущий | Приседание на одной ноге Мал. 9 Дев. 7 |
| Комплексный 30, 31, 32 | ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня». Развитие скоростных качеств. | Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. | Текущий | Прыжки в длину с места Мал. 140 Дев. 135 |
| Комплексный 33,34,35 | ОРУ. Эстафеты с предметами. Игра «Парашютисты». Развитие скоростных качеств.. | Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. | Текущий | |
| | | | | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|
| Ак роб ати ка. Стр оев ые упр ажн ени я. Уп раж нен ия в рав нов еси и 6 час ов | Комплексн ый 36 | Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Кувырок вперёд, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. | Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. | Текущи й | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 17 Дев. 15 |
| | Комплексн ый 37 Комплексн ый 38 | ОРУ. Кувырок вперёд, кувырок назад. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?» | Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. | Текущи й | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 12 Дев. 10 |
| | Комплексн ый 39 | ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок вперёд, кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Точный поворот» | Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. | Текущи й | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 32 Дев. 36 |
| | Учётный 40 | ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок вперёд, кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Быстро по местам» | Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. | Выполн ить комбин ацию из разучен ных элемент ов | Подтягивание в висе Мал. 3 Подтягивание в висе лежа Дев. 9 |
| Вис ы 6 час ов | Комплексн ый 41 | ОРУ с гимнастической палкой. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств. | Уметь: выполнять висы и упоры. | Текущи й | Приседание на одной ноге Мал. 7 Дев. 5 |

| | | | | | |
|--|-------------------------------|--|--|--|---|
| | Комплексный 42 | ОРУ. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств. | <i>Уметь:</i> выполнять висы и упоры. | Текущий | Прыжки в длину с места Мал. 135 Дев. 130 |
| | Комплексный 43 | ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств. | <i>Уметь:</i> выполнять висы и упоры. | Текущий | Сгибание и разгибание рук в упоре (высокая опора). Мал. 16 Дев. 14 |
| | Учётный 44 | ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств. | <i>Уметь:</i> выполнять висы и упоры, подтягивания в висе. | Оценка техник и выполнения висов: м.:5-3-1 д.:12-8-2 | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 11 Дев. 9 |
| Опорный прыжок, лазание по канату 6 часов. | Комплексный 45 Комплексный | ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств. | <i>Уметь:</i> лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Текущий | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 34 Дев. 38 |
| | Комплексный 46 | ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма. Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств. | <i>Уметь:</i> лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Текущий | Подтягивание Мал. 4 Дев. 10 |
| | Комплексный 47 | ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств. | <i>Уметь:</i> лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Текущий | Приседание на одной ноге Мал. 9 Дев. 7 |

| | | | | | |
|--------------------|-------------------|---|---|---|---|
| | Учётный 48 | ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Текущи й Оценка техник и лазания по канату | Прыжки в длину с места Мал. 140 Дев. 135 |
| | | | | | |
| Лыжи 21 час. | Комплексный 49 | Рассказать об основных требованиях к одежде и обуви, правилах поведения на уроках лыжной подготовки. Совершенствовать технику подъемов и спусков на склонах с палками и без них разученных в 3 классе. Провести эстафету (вначале с палками, а потом без них) с использованием спусков и подъемов с поворотами вокруг палки (дистанция 30-40м). | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущи й | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 17 Дев. 15 |
| | Комплексный 50 | Разминка на учебном круге: попеременно двухшажный ход, скользящий ход. Разучить технику торможения «плугом». Совершенствовать технику спуска со склона в средней стойке с палками. Пройти дистанцию 1,5км со средней скоростью. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущи й | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 12 Дев. 10 |
| | Комплексный 51 | Разминка на учебном круге: попеременно двухшажный ход. Закрепить технику торможения «плугом». Разучить технику поворота переступанием с горы. Провести игру «Не задень». | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущи й | |

| | | | | |
|-------------------|--|---|--|---|
| Комплексный 52 | Совершенствовать координацию работы рук и ног при попеременном двухшажном ходе с палками. Совершенствовать технику торможения «плугом». Закрепить технику поворота переступанием с горы. Оценить нескольких человек в умении преодолевать ворота. Повторить игру «Не задень». | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 36 Дев. 40 |
| Учётный 53 | Передвигаться на лыжах до 1,5км в медленном темпе. На учебном круге совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. Оценить технику торможения «плугом» (выборочно). Провести катание с горки в разных стойках. Сов-ть технику поворота переступанием в конце спуска. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий Оценка техник и торможения «плугом» | Подтягивание Мал. 5 Дев. 11 |
| Учётный 54 | На учебном круге повторить технику попеременного двухшажного хода и принять на оценку. Учить подъёму на склон «елочкой». Провести игру «Кто дальше». | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий Оценка техник и попеременно двухшажного хода. | |
| Комплексный 55 | Пройти дистанцию до 2 км в медленном темпе – разминка. Закрепить технику подъема на склон «елочкой», сов-ть технику поворота переступанием в конце спуска. Провести игру «Кто дальше», катание с гор с палками. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Приседание на одной ноге Мал. 11 Дев. 9 |

| | | | | |
|-------------------|--|---|---|--|
| Учётный 56 | Пройти дистанцию до 2км со средней скоростью. Оценить умение делать повороты переступанием в конце склона. Совершенствовать технику подъема елочкой. Провести игру по выбору детей. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий Оценить умение делать повороты переступанием в конце склона. | Прыжки в длину с места Мал. 145 Дев. 140 |
| Учётный 57 | Пройти дистанцию до 2,5км в медленном темпе, можно с остановкой (девочки идут впереди мальчиков). Оценить технику подъема елочкой. Провести игру-эстафету между командами с этапом до 50м без палок. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий Оценить технику подъема елочкой. | |
| Комплексный 58 | На учебном круге совершенствовать технику попеременно двухшажного хода. На скорость провести эстафету с этапом до 50м (2-3 раза). Отдых. Пройти дистанцию 2,5км со средней скоростью. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Отжимание Мал. 18 Дев. 16 |

| | | | | |
|-------------------|---|---|---------|---|
| Комплексный 59 | На учебном круге совершенствовать технику попеременно двухшажного хода. На скорость провести эстафету с этапом до 50м (2-3 раза). Отдых. Пройти дистанцию 2,5км со средней скоростью. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 13 Дев. 11 |
| Комплексный 60 | На учебном круге совершенствовать технику попеременно двухшажного хода. На скорость провести эстафету с этапом до 50м (2-3 раза). Отдых. Пройти дистанцию 2,5км со средней скоростью. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | |
| Комплексный 61 | На учебном круге совершенствовать технику попеременно двухшажного хода. На скорость провести эстафету с этапом до 50м (2-3 раза). Отдых. Пройти дистанцию 2,5км со средней скоростью. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 34 Дев. 38 |
| Комплексный 62 | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски и подъемы (выборочно оценить). | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Подтягивание Мал. 4 Дев. 10 |
| Комплексный 63 | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски и подъемы. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | |

| | | | | |
|-------------------|---|---|---------|---|
| Комплексный 64 | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски, торможение, повороты и подъемы. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъем «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Приседание на одной ноге Мал. 9 Дев. 7 |
| Комплексный 65 | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски, торможение, повороты и подъемы (выборочно оценить). | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъем «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Прыжки в длину с места Мал. 140 Дев. 135 |
| Комплексный 66 | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски, торможение, повороты и подъемы. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъем «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | |
| Комплексный 67 | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски, торможение, повороты и подъемы. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъем «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 17 Дев. 15 |
| Комплексный 68 | На учебном круге совершенствовать технику попеременно двухшажного хода. На скорость провести эстафету с этапом до 50м (2-3 раза). Отдых (выборочно оценить). Пройти дистанцию 2,5км со средней скоростью. | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъем «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущий | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 12 Дев. 10 |

| | | | | | |
|---|--|--|---|-------------|---|
| | Учётный 69 | Проверить готовность класса к соревнованиям: выдать номера, подготовить протоколы, разметку, секундомер и др. Провести соревнования на дистанцию 1 км с отдельным стартом. Девочки стартуют после мальчиков. Объявить результаты соревнований. Напомнить детям о переходе на занятия в спортивный зал (спортивная одежда и обувь). | Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом; тормозить «плугом» и упором; подъём «лесенкой» и «ёлочкой»; повороты переступанием в движении; проходить дистанцию до 2,5 км.. | Текущи й | |
| По дви жн ые игр ы на осн ове бас кет бол а 24 час а | Комплексн ый 70 | Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Скакалка за 15 сек. М-. 36 Д.40 Подтягивание Мал. 5 Дев. 11 |
| | Комплексн ый 71 | ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | |
| | Комплексн ый 72 | ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Приседание на одной ноге Мал. 11 Дев. 9 |
| | Комплексн ый 73 Комплексн ый 74 | ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Прыжки в длину с места Мал. 145 Дев. 140 |
| | Комплексн ый 75 Комплексн ый 76 | ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 18 Дев. 16 |
| | | | | | |

| | | | | |
|----------------------------------|--|--|---------|---|
| Комплексный 77 Комплексный 78 | ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 13 Дев. 11 |
| Комплексный 79 | ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий | Прыжки со скакалкой за сек. Мал. 38 Дев. 42 Подтягивание Мал. 6 Дев. 12 |
| Комплексный 80 | ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий | Приседание на одной ноге Мал. 13 Дев. 11 |
| Совершенствования 81 | ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий | Прыжки в длину с места Мал. 150 Дев. 145 |
| Совершенствования 82 | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 19 Дев. 17 |
| Комплексный 83 | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 14 Дев. 12 |

| | | | | | |
|----------------------|---------------------------------|--|---|-------------|---|
| | Совершенство вания 84 | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Прыжки со скакалкой за 15 сек. Мал. 36 Дев. 40 |
| | Совершенство вания 85 | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Подтягивание Мал. 5 Дев. 11 |
| | Совершенство вания 86, 87 | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущи й | Приседание на одной ноге Мал. 11 Дев. 9 |
| | | | | | |
| Бег и ходьба 3 часа. | Комплексный 88 | Инструктаж по Т.Б. Бег на скорость (30,60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений. | Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 60м. | Текущи й | Прыжки в длину с места Мал. 145 Дев. 140 |
| | Комплексный 89 | Бег на скорость (30,60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей. | Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 60м. | Текущи й | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 18 Дев. 16 |

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|--|
| | Учётный 90 | Бег на результат (30, 60 м). круговая эстафета игра «Невод». Развитие скоростных способностей. | Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 60м. | 30 м: м.: 5,0 -5,5-6,0 с.; д.:5,2-5, 7-6,0с. 60м: М.:10,0 с.; Д.:10,5с . | Из полуприседа прыжок вверх Мал. 13 Дев. 11 |
| Пр ыж ки 3 час а. | Комплексн ый 91 Комплексн ый 92 | Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств. | Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму. | Текущи й | Прыжки со скакалкой за сек. Мал. 38 Дев. 42 |
| | Комплексн ый 93 | Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться/ | Текущи й | Подтягивание Мал. 6 Дев. 12 |
| Ме тан ие мяч а 3 час а. | Комплексн ый 94 | Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: метать мяч из различных положений на дальность и в цель. | Текущи й | Приседание на одной ноге Мал. 13 Дев. 11 |
| | Комплексн ый 95 | Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси - лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: метать мяч из различных положений на дальность и в цель. | Текущи й | Прыжки в длину с места Мал. 150 Дев. 145 |
| | Учётный 96 | Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. Игра «Гуси - лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь: метать мяч из различных положений на дальность и в цель. | Метани е в цель (из пяти попыто к- три попада ния) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Мал. 19 Дев. 17 |

| | | | | |
|--------------------|---|--|----------------|---|
| Комплексный 97 | Ознакомление и разучивание техники игры ногами перекаты подошвой вправо влево, вперёд, назад, работа щёчкой, подъёмом, внешним краем, пяткой, носком. Учеб. игра. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения | Текущий | Приседание на одной ноге с поддержкой 10-12 раз |
| Комплексный 98 | Ознакомление и разучивание техники ударов щёчкой и подъёмом. Учебная игра. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения ногами. | Текущий | |
| Комплексный 99 | Ознакомление и разучивание техники дриблинга (ведение мяча перед собой внутренним и внешним краями стоп по прямой и змейкой). Игра «Будь на чеку». Учебная игра. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять ведение мяча | Текущий | Медленный бег до 15 мин. |
| Комплексный 100 | Ознакомление и разучивание техники передач мяча: короткий пас щёчкой. Игра «Пас в два касания», «Мяч в круге». Учебная игра. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять передачи мяча в различных вариантах. | Учётный | Подтягивания из различных И.П. до 15 раз. |
| Комплексный 101 | Ознакомление и разучивание техники становки мяча: мягкая остановка, прижатие мяча «клином». Взаимодействие игроков. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять остановку мяча | Текущий | Отжимания 3 x10 раз |
| Комплексный 102 | Взаимодействие игроков. Двусторонняя игра. | <i>Уметь:</i> правильно выполнять основные перемещения и взаимодействия игроков. | Учётный | Прыжки через скакалку до 1 мин. |

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Информационно-образовательная среда образовательного учреждения должна обеспечивать мониторинг здоровья учащихся. Для этого необходимо иметь в кабинете физкультуры компьютер, на котором можно было бы работать с программами, позволяющими следить за весо-ростовыми и другими показателями состояния учащихся, в том числе составлять графики и работать с диаграммами.

Кроме того, учитель физкультуры должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями здравоохранения и спорта.

Учителю физкультуры должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

Интерактивный электронный контент учителя физкультуры должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио- и видеофайлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса).

| Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|--|---|
| <p>Стандарт начального общего образования по физической культуре</p> <p>Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1—4 классы</p> <p>Учебник и пособия, которые входят в предметную линию В. И. Ляха. <i>В. И. Лях. Физическая культура. 1 —4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений.</i></p> <p><i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Мас-лов.</i> Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика (Серия «Работаем по новым стандартам»).</p> <p><i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов.</i> Физическая культура. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы. 1—4 классы.</p> <p>Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению</p> <p>Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности</p> | <p>Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)</p> <p>Учебник, рекомендованный Министерством образования и науки Российской Федерации, и пособия входят в библиотечный фонд</p> |

Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения

Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)

Аудиозаписи

Плакаты методические

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование (Стенка гимнастическая, бревно гимнастическое, козел гимнастический, конь гимнастический, канат для лазанья, перекладина гимнастическая, скамейка гимнастическая, маты гимнастические, мячи, скакалки гимнастические, палки гимнастические, обручи гимнастические)

Подвижные и спортивные игры

Измерительные приборы

Спортивный зал

Пришкольный стадион (площадка)

Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям